

こんにちは！

先月は、季節はずれの暑さが続いたと思ったら急に寒くなったり、次々に台風がやってきたりと、天候には悩まされました。来室日と台風の接近が重なり、予定を変更せざるを得なかった方もいらしたかと思います。予約の調整にご協力頂いた皆様には、この場を借りてお詫びと御礼を申し上げます。

ところで、この「台風」という言葉、日本語のようにみえますが、実は英語の“typhoon”に漢字を当てたものです。秋に吹く台風のような風のことを、「野分(のわき)」と言います。野の草木を分けるように吹く強い風、という意味ですが、「台風」よりは風情がある言葉に感じませんか？

気象観測技術が進歩して、かなり正確に予測はできるようになりましたが、それでも台風は毎年大きな被害をもたらします。荒れ狂う自然の猛威に、人々は打ちのめされ、それでもまた乗り越えていく・・・そんな営みを繰り返してきました。大自然の前で人は無力なようにみえますが、倒れてもまた立ち上がる強さをもった存在なのですね。

季節の変わり目は体調を崩しがちで、風邪をひいてしまったという方も多いのではないのでしょうか？これからが寒さに向かう季節ですが、本格的な冬の前、ちょっと一息つけるような小春日和が多いといいですね。

では、今月もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



## 言葉の持つ意味

10月にしては暑い日々が続き、ようやく11月に入りました。月日が経つのは早いもので、2013年は残り10週間を切っているということに愕然としています。残暑と呼ぶにはあまりにも長かった10月の暖かさから、ここ最近の急激な冷え込みによって体調を崩される方も多いようです。皆さまのお身体には変化ありませんでしょうか？

私事で恐縮ですが、スポーツジムに通うようになりました。元々運動は好きでよく走っていたのですが、ランニングは天候によって左右されてしまいますし、色々と魅力的なプログラムが揃っているジムだったので思い切って入会した次第です。三日坊主になるかと思いきや、飽き症の私にしては珍しく楽しく長続きしている習慣となっています。ダンスのプログラムでいい歳のゴツい自分がお尻をフリフリしているのを鏡越しに見ていると、滑稽さのあまり世の中の大抵のことは許せるようになってきました。

ジムに通っていることをある方に話したところ、笑顔で「スポーツジム通いが趣味なんですね。素敵ですね」と言われました。あれ、ちょっと待てよ。これって趣味なの？なんだか趣味って言われると、「そうなんです」ってすんなり言えないなあ…。

“趣味”という言葉の意味を辞書で調べてみたところ、①“仕事・職業としてでなく、個人が楽しみとしてしている事柄”とありました。そういう意味では趣味なのかもしれません。

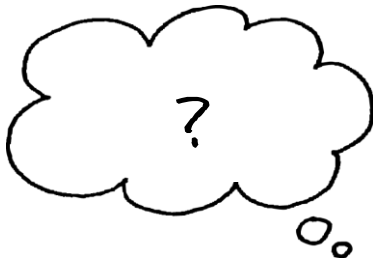
一方で、②“どういうものに美しさやおもしろさを感じるかという、その人の感覚のあり方。好みの傾向”という一文もありました。これは「あの人は趣味が悪い」というような使われ方をする場合の意味ですね。このように、“趣味”という言葉は何か“事柄”とその人の“感覚・感性”の両方の意味を含んでいる言葉ともいえます。日常で「〇〇が趣味」という際には主に①の“事柄”を指すことが多いでしょうが、その中にもその人の“感覚・感性”という意味が僅かながら含まれているのかもしれない。

“言霊”という語があるように、言葉というものはそれ自体に様々な意味や力を持っています。私たちが言葉にならない感覚・感情を“言葉”として頭で考えて口にする時、私たちが本来持っていた“言葉にならない感覚・感情”は、それに対して与えられた“言葉”が持つ意味によって限定されてしまう、または本来感じ取っていたものとは別の意味を与えられてしまう可能性があります。

また、“音”が同じ言葉を考えてみましょう。気持ちを“はなす”という言葉は、気持ちを“話す”・気持ちを“離す”という二重の意味が当てはまるのかもしれませんが。誰かに自分の考えや気持ちを話すことで楽になる時、私たちは自分の中にある気持ちを“離す”ことによって楽になるのかもしれませんが。“片付ける”という言葉は、物事の決着をつけるという“方を付ける”と同じともいえます。

私たちは普段どれだけ言葉というものに意識を向けて会話をしているのでしょうか。カウンセリングの場においては、用いられる言葉そのものの意味・響きを大事にしながら関わっていきたいと思います。その言葉を発したことによって、失われてしまった・別の意味になってしまった・取りこぼされてしまったかもしれない気持ちを少しでも汲んでいきたい、言葉にならないものをじっくりくる言葉にしようとするその取り組みに敬意を払っていきたいと思います。

私にとってお尻をフリフリしているようなことを趣味というのは抵抗があります。しかし「趣味は美味しいものを一人で食べ歩きすることです」とその方にお伝えしたところ、かわいそうなものを見る目で見られたこともあって、今後は趣味を聞かれた際にはスポーツジム通いと答えていくつもりです。お尻を振りながら。



加藤 久典（かとう ひさのり）



# カウンセリングルームからのお知らせ

## ○年末年始のお休みについて

12月29日～1月4日まで、お休みをいただきます。

(年内は12月28日まで、年始は1月5日より開室します)

## ○当法人は、認定NPO法人を目指しています

当法人は、認定NPO法人を目指して申請準備を進めております。

認定NPO法人は、運営組織及び事業活動が適正であって公益の増進に資するものにつき一定の基準に適合したものととして、所轄庁の認定を受けたNPO法人をいいます。

認定NPO法人は、寄付金を申し受けますが、その寄付金は確定申告によって所得税の減免の対象となります。

## ○駐車場のご案内

当室にてご用意しております駐車場は、当室向かい相模大野5丁目駐車場に3台分(7番・9番・13番)ございます。満車の場合のみ、セブンイレブン様近隣の「ダイレクトパーク相模大野」をご利用いただけます。

土日は非常に混み合いますので、公共交通機関をご利用してのご来室をお勧めいたします。また、「駐車場のご案内」を受付にご用意しておりますので、ご自由にお持ちください。

本誌の表題「うがみやぶら」は、鹿児島県奄美地方の「こんにちは」というあいさつを意味したことで、「おがみあげてそろろう(拝み上げて候)」が転じたとされています。

発行・編集：特定非営利活動法人神奈川県メンタルヘルスサポート協会

相模原市南区相模大野5-29-23

TEL 042-748-3532 FAX 042-815-3990

メールアドレス mail@msak.jp

2013年11月1日